

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL EGRANG TEMPURUNG KELAPA TERHADAP KESEIMBANGAN ANAK USIA DINI 4 – 6 TAHUN



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat

Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi

Disusun Oleh

ANITA FARADILLA RAHIM

Nim : J120110019

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI S1

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

HALAMAN PRASYARATAN GELAR

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL EGRANG TEMPURUNG
KELAPA TERHADAP KESEIMBANGAN ANAK USIA DINI 4-6 TAHUN**

Skripsi Ini Dibuat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi Dalam Program
S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh:

Hari : Rabu

Tanggal : 25 Maret 2015

ANITA FARADILLA RAHIM

J 120.110.019

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

PERSETUJUAN UJIAN SIDANG SKRIPSI

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL EGRANG TEMPURUNG
KELAPA TERHADAP KESEIMBANGAN ANAK USIA DINI 4-6 TAHUN**

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Sidang Skripsi

Program Studi S1 Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta



Pembimbing I

Pembimbing II

Agus Widodo, S.FT., M.Fis

Maskun Pudjianto, M.Kes

PENGESAHAN

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL EGRANG TEMPURUNG KELAPA TERHADAP KESEIMBANGAN ANAK USIA DINI 4-6 TAHUN

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

ANITA FARADILLA RAHIM

J120110019

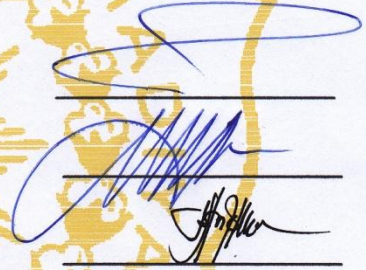
Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 25 Maret 2015

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat.

Nama Penguji

1. Agus Widodo, S.Fis., M.Fis
2. Totok Budi Santoso, Sst.Ft., M.P.H
3. Isnaini Herawati S.Ft., M.Sc



Surakarta, 25 Maret 2015

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta




Dr. Suwadi, M.Kes

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

DEKLARASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anita Faradilla Rahim

NIM : J 120 110 019

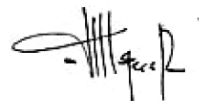
Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jurusan : S1 Fisioterapi

Judul Skripsi : Pengaruh Permainan Tradisional Egrang Tempurung Kelapa
Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini 4-6 Tahun

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar – benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Surakarta, 25 Maret 2015



Peneliti

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, asyikuri illallah atas terselesaikannya tugas akhir yang berupa skripsi ini selama saya menempuh jenjang pendidikan di bangku perkuliahan selama 3,5 tahun di FIK UMS. Shalawat serta salam kepada Rasulullah SAW beserta keluarga, sahabat dan pengikut beliau dari dahulu sampai sekarang.

Tidak lupa ucapan terima kasih atas semua dukungan, doa, kesabaran dan kebersamaannya, kepada :

1. Kedua orang tua tercinta, Bapak Saiban dan ibu Mulyati.
2. Kedua orang tua yang turut membesarkan saya, Bapak Suparmin dan Ibu Tati Sulastris
3. Saudaraku tersayang, Anisa, Amalia, Putri, Iqbal, mas Hari dan mb Rita.
4. Ponakan tante terlucu, kakak Akbar, adek Ahza, adek Azzam.
5. Mbah, enek, ibu', serta seluruh keluarga besar di Lampung.
6. Kak Fadil, yang selalu memberi semangat, nasihat, dan ilmunya.
7. Fisioterapi S1 angkatan 2011, keseharian setelah 3,5 tahun berlalu selalu di penuhi oleh canda tawa kalian. Untuk teman-teman Fisiopedi, terimakasih atas ilmu-ilmu yang telah diberikan. Donna dan Rizka yang selalu jadi teman jalan dan selfie dari awal sebelum perkuliahan kita dimulai. Aisyah, Nenny, Nafi'ah yang selalu jadi teman perbincangan dan partner dalam penyelesaian tugas kuliah dan skripsi. Seluruh teman-teman penghini kost pink.
8. Dan untuk seluruh mahasiswa Fisioterapi S1 angkatan 2011, teman-teman seperjuangan dalam menuntut ilmu di kota rantauan ini, terutama teman-teman kelas A yang berasal dari Sabang-Merauke, Uhibbukum! Semoga kelak kita menjadi terapis sukses yang dapat dibanggakan, amin.

Semoga kebaikan dan kasih sayang kalian senantiasa mendapatkan balasan dan pahala dari Allah SWT. Amin

Untuk seluruh pembaca skripsi ini, semoga bermanfaat.

ABSTRAK

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI, MARET 2015

ANITA FARADILLA RAHIM/J 120 110 019

**“PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL EGRANG TEMPURUNG
KELAPA TERHADAP KESEIMBANGAN ANAK USIA DINI 4-6 TAHUN”**
(Dibimbing Oleh Agus Widodo, S.ST.Ft., M.Fis, Maskun Pudjianto, M.Kes)

Latar Belakang: Keseimbangan merupakan kemampuan tubuh untuk menjaga postur agar mampu tegak dan mempertahankan posisinya, baik dalam keadaan diam maupun bergerak. Pada anak usia dini terjadi proses tumbuh kembang yang sangat pesat sehingga sangat baik untuk diberikannya stimulasi. Salah satu jenis stimulasi yang dapat diberikan pada anak usia dini adalah permainan tradisional egrang tempurung kelapa. Saat bermain egrang tempurung kelapa akan terjadi kontraksi otot-otot terutama ekstermitas bawah dan perut sehingga terjadi peningkatan otot, dengan begitu permainan tradisional egrang tempurung kelapa dapat dijadikan sebagai program latihan keseimbangan.

Tujuan penelitian: untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional egrang tempurung kelapa terhadap keseimbangan anak usia dini 4-6 Tahun.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan jenis penelitian *quasi experimental* dengan pendekatan *pre and post test design with control group*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 60 orang, dengan 30 orang sebagai kelompok perlakuan (pemberian latihan permainan tradisional egrang tempurung kelapa) dan 30 orang sebagai kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan sebanyak 3 kali seminggu selama 4 minggu dengan durasi 10 menit setiap sesi. Pengukuran keseimbangan menggunakan *Stork Stand Test* dalam keseimbangan statis dan *Balance Beam Test* dalam keseimbangan dinamis.

Hasil Penelitian: Pemberian latihan permainan tradisional egrang tempurung kelapa pada kelompok perlakuan menghasilkan 30 responden (100%) yang mengalami peningkatan keseimbangan statis dan dinamis yang sangat signifikan.

Kesimpulan: Ada pengaruh permainan tradisional egrang tempurung kelapa terhadap keseimbangan anak usia dini 4-6 tahun

Kata kunci: Keseimbangan, Permainan tradisional egrang tempurung kelapa

ABSTRACT

**STRATA I PROGRAM STUDY OF PHYSIOTHERAPY
HEALTH SCIENCE FACULTY
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
MINI THESIS, MARCH 2015**

**ANITA FARADILLA RAHIM/J 120 110 019
“EFFECT OF COCONUT SHIELD *EGRANG* TRADITIONAL GAME
TOWARDS THE BALANCES CHILDREN AGES 4-6”**

Background: Balance is the ability of the body to look after its posture to be erect and to defend its position whether in static or dynamic condition. Underage children experience very fast development so that it is better to give stimulations for them. One of the stimulations which can be given to the underage children is coconut shield *Egrang* traditional game. When the children are playing coconut shield *Egrang* their muscles contractions will build up, especially its lower extremities and abdomen so that the muscles strength will be increased. Therefore, coconut shield *Egrang traditional game* can be applied as balancing exercise program.

Purpose: To find out the influence of coconut shield *Egrang* traditional game towards the balances children ages 4-6.

The research method: This research is quasi-experimental research with pre and post test design with control group as an approach. The number of respondents in this research is 60 people, with 30 people as treatment group and 30 as control group. This research is conducted in three times a week for a month with 10 minutes durations in every session. Stork stand test for static balance and balance beam test for dynamic balance methods are applied to measure the balance.

The result of the research: By applying coconut shield *Egrang* traditional game treatment for treatment group, there are 30 respondents (100%) who are experiencing the increase of static and dynamic balances significantly.

Conclusion: there are significant influences of coconut shield *Egrang* traditional game treatment towards the balances of children ages 4-6.

Keywords : Balance, Coconut shield *Egrang* traditional game.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah, asykurullillah atas segala nikmat iman, islam, kesempatan serta kekuatan dan tak lupa sholawat serta salam tercurah pada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Permainan Tradisional Egrang Tempurung Kelapa Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini 4-6 Tahun”**.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penulis menyadari bahwa selesainya penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Bapak DR. Suwadi, M. Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Isnaini Herawati S. Ft, M.Sc, selaku Kepala Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta sekaligus penguji III atas masukannya untuk penyelesaian skripsi ini.
3. Agus Widodo, S.Ft., M.Fis, selaku pembimbing I yang dengan kesabarannya memberikan bimbingan untuk penyelesaian skripsi ini.
4. Totok Budi Santoso, S.ST.Ft, MPH, selaku penguji II yang dengan bijak memberi masukan untuk penyelesaian skripsi ini.
5. Maskun Pudjianto, M.Kes, selaku pembimbing II yang dengan kesabarannya memberikan bimbingan untuk penyelesaian skripsi ini

6. Taufik Eko Susilo, S.Ft, selaku koordinator skripsi yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
7. Bapak/Ibu Dosen Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah berkenan memberikan ilmunya kepada penulis.
8. Keluarga besar yang tak henti-hentinya selalu mendukung dan membantu, terutama kedua orang tua yang selalu berdo'a untuk keberhasilan penulis.
9. Teman – teman S1 Fisioterapi angkatan 2011 FIK UMS. Semoga setelah selesainya menjadi seorang mahasiswa, tetap saling berkomunikasi dan menjadikan fisioterapi lebih maju dan berkembang di masyarakat.

Dan tidak lupa penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang memberikan dukungan dan pemikirannya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik, meskipun masih ada kekurangan-kekurangan yang ditemukan dalam penulisan skripsi ini.

Kritik dan saran yang membangun dari semua pihak sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini berguna untuk kita semua.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, 25 Maret 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PRASYARATAN GELAR	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
DEKLARASI	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
BAB II Tinjauan Pustaka	
A. Kerangka Teori	
1. keseimbangan	4
a. Definisi Keseimbangan	4
b. Fisiologi Keseimbangan	4
c. Faktor Keseimbangan	5
d. Keseimbangan Anak Usia Dini 4-6 Tahun	7
e. Alat Ukur Keseimbangan	8

2. Permainan Tradisional Egrang Tempurung Kelapa	10
a. Definisi Egrang Tempurung Kelapa	10
b. Manfaat Egrang Tempurung Kelapa.....	12
c. Pengaruh Egrang Tempurung Kelapa Terhadap Keseimbangan.....	13
B. Kerangka Pikir	15
C. Kerangka Konsep	15
D. Hipotesis	15

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian	16
B. Waktu dan Tempat Penelitian	16
C. Populasi dan Sampel	17
D. Variabel	18
E. Definisi Konseptual	18
F. Definisi Operasional	19
G. Jalannya Penelitian	21
H. Teknik Analisis Data	23

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	24
1. Gambaran Umum	24
2. Penelitian Berdasarkan Karakteristik Responden.....	25
3. Pengukuran Keseimbangan	26
4. Analisis Data	30
a. Uji Normalitas Data	30
b. Uji Pengaruh	30
c. Uji Beda Pengaruh	30
B. Pembahasan	32
1. Karakteristik Responden	32
2. Pengaruh Egrang Tempurung Kelapa Terhadap	

Peningkatan Keseimbangan	35
3. Beda Pengaruh Kelompok Perlakuan dan Kontrol	
Terhadap Peningkatan Keseimbangan	36
C. Keterbatasan Penelitian	38
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	39
B. Saran	39
 DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	25
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	25
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan IMT	26
Tabel 4.4 Hasil Pre-Test Keseimbangan Statis	26
Tabel 4.5 Hasil Post-Test Keseimbangan Statis	27
Tabel 4.6 Hasil Pre-Test Keseimbangan Dinamis	28
Tabel 4.7 Hasil Post-Test Keseimbangan Dinamis	28
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Data	29
Tabel 4.9 Hasil Uji Wilcoxon Kelompok Perlakuan	30
Tabel 4.10 Hasil Uji Paired Sample T-Test Kelompok Perlakuan.....	30
Tabel 4.11 Hasil Uji Wilcoxon Kelompok Kontrol.....	31
Tabel 4.12 Hasil Uji Paired Sample T-Test Kelompok Kontrol	31
Tabel 4.13 Hasil Uji Mann-Whitney	31
Tabel 4.14 Hasil Uji Independent T-Test.....	32

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Cara melakukan Stork Stand Test	9
Gambar 2.2 Cara melakukan <i>Balance Beam Test</i>	9
Gambar 2.3 Alat dan bahan permainan egrang tempurung kelapa.....	11
Gambar 2.4 Cara memainkan permainan egrang tempurung kelapa	12

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Hasil Uji Statistik
2. Halaman Persetujuan Penelitian
3. Surat Persetujuan Penelitian
4. Surat Pernyataan Perizinan Menjadi Responden
5. Surat Pernyataan Melakukan Penelitian
6. Dokumentasi Penelitian
7. Biodata Responden
8. Hasil Peningkatan Keseimbangan
9. Hasil Peningkatan Keseimbangan Berdasarkan Karakteristik Responden